



# みんな なでムーブ



「みんなでムーブ」（通称「みんなムー」）は、楽しみながら無理なく続けられるリズム運動動画です。体育の授業や学校行事、休み時間など学校生活のほか、放課後やお家でと、様々な場面で踊ってもらえるよう、北海道ゆかりの皆さまの協力をいただきながら作成しました。

## 北海道札幌南高等学校ダンス部・Rihwa



北海道の皆さんのために、札幌南高校ダンス部とRihwaさんと、  
アイデアを出し合いながら制作しました。レッツ・ダンス！

## 北海道日本ハム ファイターズ



メロディーに合わせて、  
友達と一緒に楽しみながら踊ろう！

## 北海道コンサドーレ札幌



動画の出演者のダンスを真似してみよう！

## レバンガ北海道



大きく体を動かして、  
体力アップを目指そう！

## エスポラーダ北海道



動画で繰り返し見られるので、  
家でもチャレンジしてみよう！

動画の視聴は



YouTube.jp

みんなでムーブ キタキツネ



URL ⇒ <https://youtu.be/0fVw7Hk2ees>

### 保護者の皆様へ

道教委では、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により運動機会が十分確保できていないと考えられる状況を踏まえ、児童生徒の皆さんが楽しみながら、無理なく続けて取り組むことができるリズム運動の動画を作成しました。動画の作成に当たっては、北海道ゆかりの皆さまの協力をいただきました。今後、この動画が日常の教育活動や家庭生活の中で親しみやすく活用されるよう全道に広く普及してまいります。

### どさん子元気アップチャレンジ 「みんなムー リズム運動動画コンテスト」

「令和3年度 どさん子元気アップ  
チャレンジ」で「みんなムー リズム運動  
動画コンテスト」を開催します！  
3名以上で、令和4年1月31日（月）  
までに応募してください。  
詳しくは「どさん子元気アップチャ  
レンジ」要項を御覧ください。